



令和4年

12月号

2022
No.668

毎月1日発行



おおあみしらさと

OAMISHIRASATO CITY

発行 大網白里市 編集 秘書広報課 〒299-3292 千葉県大網白里市大網115番地2

総合案内電話 ☎0475(70)0300 (総務課) <https://www.city.oamishirasato.lg.jp/>



—主な内容—

- 永年の功績をたたえて
～市文化の白表彰～ …………… 2
 - 12月18日(日)は大網白里市長選挙
の投票日です! …………… 3
 - 結婚新生活支援事業補助金受付中!
新婚さんの新生活を応援します …… 4
 - 飲酒運転は絶対しない・させない、
許さない 冬の交通安全運動 …… 5
 - 人事行政の運営状況の公表 …… 6
- ※ 問=問い合わせ先 申=申し込み先

朝市・白里遊楽市が再開

新型コロナウイルス感染症の影響で休止していた朝市・白里遊楽市が12月4日(日)から再開されます。

新鮮で安心・安全な農水産物が揃っていますので、ぜひご来場ください。ご来場の際は、感染症対策にご協力をお願いします。

※レジ袋は有料(1枚5円)です。マイバッグの持参にご協力をお願いします。

朝市

- 日時…毎週(日)8時～8時30分
- 会場…市役所駐車場

問 農業振興課農政班
☎0475(70)0345

白里遊楽市

- 日時…毎週(日)15時～16時
- 会場…農村環境改善センターいずみの里

問 農村環境改善センターいずみの里
☎0475(70)5111

■開催予定日

	12月	1月
朝市	4日(日)・11日(日) 18日(日)・25日(日) 30日(金)	8日(日)以降 毎週(日)
白里遊楽市	4日(日)・11日(日)	8日(日)以降 毎週(日)

令和元年開催時の様子

12月1日は、市のキャラクター「マリン」の誕生日です。誕生から今年で28周年。これからもさまざまなイベントに参加し、大網白里市をPRして盛り上げていきますので、応援をお願いします。



12月1日は
マリンの
誕生日!

市制施行10周年
記念事業

マリンへ年賀状を書こう!

マリンのイラストやお正月の予定、来年の抱負などを書いて年賀状を送ってください。

いただいた作品は、市ホームページに掲載するとともに、市内郵便局や市役所に掲示します。また、年賀状を送付いただいた方の中から抽選でプレゼントをお送りします。

〈宛先〉
〒299-3292
大網白里市役所企画政策課内 マリン宛て
※郵便番号・住所・氏名・電話番号を
忘れずに記入してください。

問 企画政策課政策推進班
☎0475(70)0315



第48回大網白里市 新春マラソン大会

市制施行10周年
記念事業



- 日程 令和5年1月14日(出)
※小雨決行(荒天の場合15日(日)に延期)。
 - 会場 増穂北小学校周回コース
 - 受付時間 8時から各種目の受付終了時刻まで
※各種目の受付、スタート時間は、市スポーツ協会ホームページをご覧ください。
 - 申込方法 大会要項を必ず確認の上、所定の申込用紙にて申し込みください(18歳未満の方は保護者の署名が必要です。ファクス不可)。
 - 申込用紙配布場所・申込先 大網白里アリーナ、市役所本庁舎受付、中部コミュニティセンター、白里公民館
 - 申込締切 令和5年1月4日(水)17時
- 問・問 大網白里アリーナ ☎0475(72)5708 ▲市スポーツ協会ホームページ

※感染症の影響により各行事は中止・延期となる場合があります。

詳細は
3面を
ご覧ください

大網白里市長選挙

— 意志を持ち 未来を創れ 十八歳 —

12月18日(日)



人口と世帯11月1日現在(前月比) ●人口/48,438(-20) ●男/23,895(-10) ●女/24,543(-10) ●世帯数/22,229(+7)

永年の功績をたたえて

市文化の日表彰

市の発展や振興に尽力された方々をたたえる文化の日表彰。11月7日に表彰式が行われ、次の方々が受賞されました。

〔善行表彰〕

株式会社合同資源

市の保健衛生行政の推進に尽力されました。

三井住友海上火災保険株式会社

市のスポーツ振興に尽力されました。



▲前列左から、株式会社合同資源 代表取締役社長 山ノ井 敏夫 氏、三井住友海上火災保険株式会社 千葉支店部長兼千葉第一支社長 香川 博司 氏

令和4年 各種表彰

※敬称略

〔更生保護功労〕

◆法務大臣表彰

榎澤 正治(木崎)

◆全国保護司連盟理事長表彰

片岡 恒(四天木乙)

◆千葉保護観察所長表彰

竹内 光子(大網)

◆千葉保護観察所長表彰

金坂 昌典(北今泉)

◆第72回社会を明るくする運動千葉県作文コンテスト

戸邊 結子(大網小6年)

◆社会福祉功労

◆全国民生委員児童委員連合

白石 定男(大網)

会長表彰

◆民生委員・児童委員功労者

原嶋 禮子(下ヶ傍)

◆永年勤続表彰

片岡 久江(細草)

◆千葉県民生委員児童委員協

議会永年勤続表彰

石田 いち子(細草)

◆千葉県警察本部長(公社)

橋村 英明(大網)

◆千葉県警察本部長(公社)

小笠原 資子(大網)

◆防犯功労者

白石 定男(大網)

〔防犯功労〕

◆(公財)全国防犯協会連合

会会長表彰

◆防犯栄誉銅賞

加藤 良正(大網)

◆関東管区警察局長・関東防犯

協会連絡協議会会長連名表彰

◆防犯功労者

佐々木 明美(木崎)

◆千葉県警察本部長(公社)

石田 久夫(富田)

◆防犯功労者

〔社会体育功労〕

◆全国スポーツ推進委員連合

30年勤続表彰

大塚 孔久(南飯塚)

◆関東スポーツ推進委員協

会会長表彰

加藤 正実(上谷新田)

◆千葉県スポーツ推進委員功

労者表彰

佐々木 明美(木崎)

◆山武郡市スポーツ協会表彰

佐土平 昌子(木崎)

◆山武郡市スポーツ協会感謝状

石田 久夫(富田)

〔食品衛生功労〕

◆厚生労働大臣表彰

食品衛生功労者

今井 喜一(北今泉)

◆千葉県知事表彰

食品衛生功労者

佐藤 嘉紘(大網)

◆(公社)千葉県食品衛生協

会会長表彰

食品衛生功労者

北野 雄二郎(南今泉)

◆千葉県青少年相談員表彰

知事表彰

佐久間 智洋(増穂小学区)

〔社会教育功労〕

◆知事感謝状

齋藤 英典(季美の森小学区)

◆(公社)千葉県防犯協

理 会長表彰

佐久間 浩彰(増穂北小学区)

◆優良防犯指導員

小金井 勉(金谷郷)

◆東金警察署管内防犯組合連

合会表彰

日江井 博(大網)

◆防犯功労者

石原 治幸(金谷郷)

◆市青少年相談員表彰

〔統計功労〕

◆千葉県統計研究会会長表彰

大矢 龍正(北今泉)

◆東金税務署長表彰

芳賀 和(南横川)

◆東金税務署長感謝状

増田 夏美(大網)

◆(公社)東金法人会会長感

謝状

稲生 敏子(南今泉)

◆(公社)東金法人会会長感

謝状

内山 静子(四天木乙)

◆(公社)東金法人会会長感

〔生活改善功労〕

◆千葉県生活改善協議会

長表彰

武井 光子(季美の森南)

◆東金税務署長賞

瑞穂小学校

◆東金税務署長賞

安藤 千夏(瑞穂小6年)

◆東金税務署長賞

瑞穂小学校

◆東金税務署長賞

安藤 千夏(瑞穂小6年)

◆東金税務署長賞

瑞穂小学校

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

〔税の標語〕

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓(大網中3年)

◆東金税務会金賞

渡邊 楓

投票所一覧

投票所	区域
第1投票所 瑞穂小学校体育館	永田、小中、神房、砂田、萱野、駒込(第14投票所および第15投票所に属する区域を除く)、ながた野、みずほ台の区域
第2投票所 農村ふれあいセンター	金谷郷(第5投票所および第19投票所に属する区域を除く)、大竹、餅木、池田、南玉の区域
第3投票所 みどりが丘自治会館	小西、養安寺、大網(内容)、みどりが丘の区域
第4投票所 大網幼稚園	大網(第3投票所、第5投票所および第15投票所に属する区域を除く)、山口の区域
第5投票所 中央公民館	大網(1区および4区)、仏島、金谷郷(山辺1区および10区)の区域
第6投票所 南横川農村協同館	南横川(第17投票所に属する区域を除く)の区域
第7投票所 中部コミュニティセンター	南飯塚、北飯塚、星谷の区域
第8投票所 南清名幸谷青年館	清名幸谷、上谷新田の区域
第9投票所 桂山公民館	下ヶ傍示、長国、九十根、桂山、北吉田の区域
第10投票所 農村環境改善センター	南今泉(1区および2区)、細草、清水、四天木(9区および10区)の区域
第11投票所 汐浜公民館	北今泉の区域
第12投票所 老人福祉センター	南今泉(第10投票所に属する区域を除く)の区域
第13投票所 九十九里自然公園休憩センター	四天木(第10投票所に属する区域を除く)の区域
第14投票所 大網白里ショッピングセンター(アマリィ3階ホール)	駒込(15区および大あみハイツ)、東駒込、みやこ野の区域
第15投票所 大網東小学校体育館	富田(第16投票所に属する区域を除く)、大網(九北及び福田)、経田および駒込(瑞穂6区に属する区域)の区域
第16投票所 増穂北小学校体育館	柿餅、上貝塚、北横川、富田(わらび台および富田東)の区域
第17投票所 弥幾野自治会館	南横川(弥幾野)の区域
第18投票所 木崎公民館	柳橋、木崎の区域
第19投票所 季美の森小学校体育館	金谷郷(杵掛)、季美の森南の区域

12月18日(日)は大網白里市長選挙の投票日です!
意志を持ち 未来を創れ 十八歳

立候補者が1人の場合、無票となりません。投票所での投票となります。入場整理券を必ずご確認ください。

代理投票

投票所に行くことができない場合、身体障がいやけがなどの理由で、自分で候補者の氏名を書くことができない方は、代理投票制度を利用できます。係員が代筆しますので、投票所で申し出てください。

投票できる方

①日本国民の方
②平成16年12月19日以前に生まれた方
③引き続き3か月以上、本市に住所を有する方(令和4年9月10日までに転入の届出を行っている方)

市内で住所変更をした方

市内ですでに選挙人名簿に登録されている方が、令和4年11月29日以降に市内で住所異動の手続き(市内転居)を

入場整理券

世帯全員の入場整理券をまとめて世帯主宛にはがきで郵送します。入場整理券が郵送されなかった場合や、紛失した場合でも、選挙人名簿に登録されている場合は、事前に記入し持参ください。

期日前投票

仕事や冠婚葬祭、新型コロナウイルス感染症予防を理由に期日前投票ができます。投票日の混雑を避けるため、期日前投票の積極的な利用をお願いします。

不在者投票

病院などでの不在者投票、不在者投票施設に指定されている病院・老人ホームなどに入院・入所の方は、その施設で投票することができます。詳細は、入院・入所している施設にご確認ください。

滞在地での不在者投票

長期の出張や旅行などの理由により選挙人名簿登録地の投票所での投票することができない方は、滞在地の選挙管理委員会にて投票することができます。詳細は、本市の選挙管理委員会までお問い合わせください。

選挙公報

候補者の経歴や政見などを掲載した選挙公報は、12月15日(木)ごろ新聞折込をするほか、肥料を購入した店舗(農協、肥料販売店、ホームセンター等)に問い合わせください。

投票速報

投票票の状況は市ホームページに公開します。投票状況は12月18日(日)9時

で、投票所で申し出てください。※市外に転出された方は投票できません。

期日前投票

仕事や冠婚葬祭、新型コロナウイルス感染症予防を理由に期日前投票ができます。投票日の混雑を避けるため、期日前投票の積極的な利用をお願いします。

不在者投票

病院などでの不在者投票、不在者投票施設に指定されている病院・老人ホームなどに入院・入所の方は、その施設で投票することができます。詳細は、入院・入所している施設にご確認ください。

滞在地での不在者投票

長期の出張や旅行などの理由により選挙人名簿登録地の投票所での投票することができない方は、滞在地の選挙管理委員会にて投票することができます。詳細は、本市の選挙管理委員会までお問い合わせください。

選挙公報

候補者の経歴や政見などを掲載した選挙公報は、12月15日(木)ごろ新聞折込をするほか、肥料を購入した店舗(農協、肥料販売店、ホームセンター等)に問い合わせください。

投票速報

投票票の状況は市ホームページに公開します。投票状況は12月18日(日)9時

新たなまちづくりに向け 大網駅南地区まちづくり協議会が発足

大網駅南地区を新たな市の玄関口にふさわしい魅力あるまちとしていくため、10月30日の設立総会で、「大網駅南地区まちづくり協議会」が発足されました。

協議会では、大網駅南地区のまちづくりについて、市と地権者の皆さんや関係区長の協働により、将来像やその実現に向けた整備手法の検討等を行い「大網駅南地区まちづくり構想」を策定していきます。



問都市整備課都市計画班 ☎0475(70)0364

大網白里市土砂等による土地の埋立て、盛土及びたい積行為の規制に関する条例の改正に関する意見を募集(パブリックコメント)

近年、外部からの土砂搬入による埋め立て事業等において、一部の他市町村で問題が生じています。

本市の埋立て条例は、昭和63年に制定されてから一部改正を行ってまいりましたが、面積要件や記述基準などの大きな変更はされていませんでした。そこで、面積の改正や協議についての見直しを行うため、条例の改正準備を進めており、条例(案)を取りまとめましたので、皆さんから広く意見を募集します。

▶意見募集期間=12月28日(木)まで(郵送の場合、当日消印有効。持参の場合、(土)・(日)・祝日を除く8時30分~17時15分)

▶意見を提出できる方

- ①市内に住所を有する方
- ②市内に事務所、事業所を有する個人、法人等
- ③市内に通勤、通学している方
- ④そのほか、案件に利害関係を有する方

▶閲覧場所=市ホームページ、地域づくり課、中部コミュニティセンター窓口、白里出張所窓口

▶意見の提出方法=地域づくり課へ持参、郵送、ファクス、またはメール

☎299-3292 大網白里市大網115-2 地域づくり課環境対策班 ☎0475(70)0386 ☎0475(72)8454

✉chiiki@city.oamishirasato.lg.jp

肥料価格高騰対策 肥料価格高騰に直面する農家の皆さんを支援します

肥料価格の高騰による農業経営への影響緩和のため、化学肥料低減に向けて2つ以上学肥料低減に取り組む農業者のメニューに取り組み農業者を対象に、本年秋肥と来年春季の肥料を支援します。そのうち一部を支援します。肥料を購入した店舗(農協、肥料販売店、ホームセンター等)に問い合わせください。

申請には、①化学肥料低減計画書、②領収書または請求書など購入日や種類、数量、購入費が分かる書類を提出し

千葉県安全農業推進課 ☎043(223)2891

千葉県安全農業推進課 ☎043(223)2888

千葉県生産振興課 ☎043(223)2882

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

千葉県農業再生協議会 ☎043(223)2891

結婚新生活支援事業補助金受付中！ 新婚さんの新生活を応援します

市では、夫婦ともに39歳以下の新婚世帯へ、新居の住居費・引越費用などを補助します。

▼対象 令和4年4月1日から令和5年3月31日までに婚姻届を提出し、本市の住民基本台帳に記載されており、補

- ・ 助要件を満たしている世帯
- ▼補助要件
 - ・ 婚姻日時時点で夫婦ともに39歳以下
 - ・ 夫婦の合計所得が400万円未満（奨学金の返済がある場合は、その額を所得から控除）

・ 市税に滞納が無いこと

・ 2年以上の居住の意志 等

▼補助対象経費
婚姻を機に支出した転入または転居に係る住宅の取得費・家賃・引越費用（令和4年4月1日～令和5年3月31日の期間に生じた費用に限る）

▼補助額 上限30万円

▼受付期間 令和5年3月31日まで

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

企画政策課政策推進班
☎0475(70)0315



後期高齢者医療制度・国民健康保険の葬祭費

後期高齢者医療制度および国民健康保険の被保険者が亡くなった場合、市民課で手続きを行うことで、葬儀を行った喪主の方へ葬祭費として5万円が支給されます。

▼手続きに必要なもの

- ・ 亡くなった方の保険証
- ・ 喪主の方が確認できる書類（会葬礼状または葬儀の領収書等）
- ・ 喪主名義の通帳

- ・ 申請者または代理人の本人確認ができるもの（運転免許証、パスポート等）
- ☎ 市民課高齢者医療年金班
☎0475(70)0336
- ☎ 市民課国保班
☎0475(70)0334



保険証の適正利用をお願いします

医療機関等を受診する際は、保険証を正しく提示しましょう。医療機関等は医療費の請求先を保険証で確認しています。保険証の確認は通常、月

に一度しか求められません。が、月の途中で社会保険に変わった場合、必ず新しい保険証を提示してください。

▼保険証は資格喪失日（社会保険加入の場合は加入日、市外への転出の場合は転出日）以降は無効となり、使用できません

社会保険の加入日や転出日以降に国民健康保険の保険証を使用して受診した場合、市が医療機関等へ支払った医療費を、返還していただくこと

高齢者福祉と介護保険に関するアンケート調査にご協力を

市では高齢者福祉施策の基本方針を示す「第9期大網白里市高齢者福祉計画・介護保険事業計画」（令和6年度～令和8年度）の策定に取り組んでいます。この計画に市民の皆さんのご意見を反映させるため、アンケート調査を実施します。

調査票が郵送された方は、ご協力をお願いします。

▶調査対象

- ・ 要介護認定を受け自宅で介護を受けている方
- ・ 40歳以上の方

※無作為に抽出します。

☎ 高齢者支援課介護保険班
☎0475(70)0309

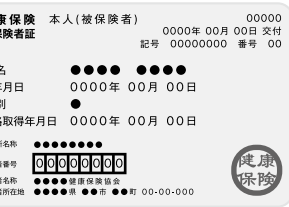
・ 該当者全員分のマイナンバーが分かるもの

- ・ 本人確認書類
- ▼手続きできる方 本人もしくは同一世帯の方（別世帯の方は委任状が必要です）

◆マイナンバーカードが健康保険証として利用できます

医療機関・薬局等で、マイナンバーカードが健康保険証として利用できるようになりました。利用には申し込みが必要ですが、詳細は「マイナンバー総合フリーダイヤル」☎0120(95)0178に問い合わせください。

☎ 市民課国保班
☎0475(70)0334



健康保険 本人(被保険者) 00000
被保険者証 0000年00月00日交付
記号 00000000 番号 00

氏名 〇〇〇〇〇〇〇〇
生年月日 〇〇〇〇年〇〇月〇〇日
性別 〇
資格取得年月日 〇〇〇〇年〇〇月〇〇日

健康保険 〇〇〇〇〇〇〇〇

社会保険に加入した場合は、国保を離脱する手続きは自動的に進められません。14日以内に市民課または白里出張所で国保離脱届を出し、保険証を返却してください。

▼必要な物

- ・ 国民健康保険証
- ・ 加入した健康保険の保険証

☎ 市民課国保班
☎0475(70)0334

ねんきんナビ

「国民年金保険料は口座振替・クレジットカード納付が便利でお得です！」

国民年金保険料の納付には、口座振替・クレジットカード納付が利用できます。

口座振替には、当月分保険料を当月末に振替納付することにより、月々50円割引される「早割制度」や、現金納付よりも割引額が多い「6か月前納」、「1年前納」、「2年前納」もあります。

口座振替を希望の方は、納付書または年金手帳、通帳、金融機関届出印を持参の上、希望する金融機関または年金事務所へお申し出ください。

市役所でも受付が可能です。

クレジットカード納付は、当月分保険料を当月末にクレジットカード会社が立替納付します。「6か月前納」、「1

年前納」、「2年前納」は現金納付と同じ割引額となり、納め忘れが無いので便利です。

クレジットカード納付を希望の方は、年金手帳、クレジットカードを持参の上、市役所または年金事務所へ申し出ください。カード名義人が本人・配偶者以外の場合は、カード名義人の同意書の提出が必要となります。

また、納付書でのお支払いにはPay-easy（ペイジー）を利用でき、お手持ちのスマートフォンやパソコンで納付ができます。詳細はPay-easyのホームページをご覧ください。

☎ 千葉年金事務所
☎043(242)6320

地域包括支援センターだより

～冬のヒートショックを防ぐ対策～

ヒートショックとは急激な温度の変化で身体がダメージを受けることです。寒い季節のお風呂で起こる「ヒートショック」により死亡する方は年間1万人以上いると推計され、交通事故で死亡する方よりはるかに上回っています。浴室とトイレは家の北側にあることが多く、冬場の入浴では暖かい居間から寒い風呂場へ移動すると、体温を奪われまいとして血管が縮み血圧が上がります。お湯に漬かると血管が広がり急に血圧が下がり、血圧が何度も変動することになります。血圧の変動は心臓に負担を掛け、心筋梗塞や脳卒中につながりかねません。特に高齢者は十分な注意が必要です。

〈入浴時のヒートショックを予防する8つの対策〉

①入浴前後に水分を取りましょう

- ②食後1時間以上経ってから入浴しましょう
 - ③入浴前には家族に一言掛けましょう
 - ④浴室や脱衣室を事前に暖め、部屋間の温度差を無くしましょう
 - ⑤いきなり湯舟に入らず、掛け湯をしてから入りましょう
 - ⑥湯舟の湯温を低めにしましょう
 - ⑦湯舟に漬かる時間は10分以内にしましょう
 - ⑧湯舟から急に立ち上がらないようにしましょう
- ☎ 地域包括支援センター
☎0475(70)0439
- 在宅介護支援センターおおあみ緑の里
☎0475(73)5146
- 在宅介護支援センター杜の街
☎0475(70)1666

新型コロナワクチン接種情報

乳幼児（生後6か月～4歳）ワクチン接種

新たに生後6か月～4歳の初回接種（1～3回目）の方針が示されたため、対象となる方へ接種券を順次発送しています。接種間隔により接種の完了までに日数を要しますので、接種を希望する方は、早めの予約をお願いします。集団接種の最終日（1回目）は、令和5年1月7日(土)です。

小児（5歳～11歳）ワクチン接種

初回接種（1・2回目）と追加接種（3回目）を実施しています。接種間隔はワクチンの回数で異なりますので、詳細は市ホームページをご確認ください。

※市内医療機関の個別接種（大網病院を含む）は、生後6か月～11歳の接種を実施していません。

※乳幼児用と小児用ワクチンの種類は異なります。また、オミクロン株対応2価ワクチンではありません。

初回接種（1・2回目）がお済みでない方へ

初回接種の従来ワクチンは年内で供給が終了しますので、接種を希望する方は年内に完了することをご確認ください。

オミクロン株対応2価ワクチン接種

接種間隔が3か月に短縮されました。年内の接種をご検討ください。

接種券付予診票は、最後の接種から3か月が経過する2週間前を目安に順次発送しています。お手元に届きましたら、接種を希望する方は予約をお願いします。オミクロン株対応2価ワクチン接種は、1人1回の接種です。

国が示すワクチン接種実施期間は、令和5年3月31日(金)までです。

※新型コロナワクチン接種の前後2週間後は、インフルエンザワクチンを除き他のワクチン接種を受けることができません。予防接種は計画的に受けるようお願いします。

※ワクチンの入荷状況等により接種体制が変更となる場合があります。最新の情報は、市ホームページ等でご確認ください。



☎ 市新型コロナウイルスコールセンター
☎0475(53)3355
(土)・(日)・祝日を除く9時～16時30分

健康増進課成人保健・予防班 ☎0475(72)8321 ▲市ホームページ




防災情報の受信準備はできていますか

ホームページ

市ホームページ  千葉県防災ポータルサイト 


メール

市メール配信サービス 

登録用アドレスを読み取ります▶

緊急速報メール(エリアメール)
市内の各携帯電話会社の端末にメールが送信されます。※登録不要。

SNS

安全対策課公式ツイッター 


@anzen_os_0303▶

放送

防災行政無線
戸別受信機
防災行政無線の放送を自宅で聞くことができます。※負担金1万円。

電話応答サービス
防災行政無線の放送内容を確認することができます。利用には通信料がかかります。
☎0475(72)1000

アプリ

Yahoo!防災速報アプリ 

▲iOS ▲Android

☎安全対策課消防防災班
☎0475(70)0303

飲酒運転は絶対しない、させない、許さない 冬の交通安全運動

12月10日(出)から19日(月)まで、冬の交通安全運動が実施されます。一人ひとりが交通ルールと交通マナーを守りましょう。

◆重点目標

- ①飲酒運転の根絶
- ②子どもと高齢者を始めとする歩行者の安全確保
- ③自転車の交通ルール遵守の徹底

飲酒運転は重大な交通事故を招きます。年末は飲酒の機会が増えるため、社会全体で飲酒運転の根絶を目指しましょう。

これからの時期は日没が一

津波に備えましょう

津波から身を守る一番の手段は「逃げる」ことです。いつ発生するか分からない津波からの避難方法を確認しましょう。

◆津波避難の3原則


- ①できる限り早く、できる限り海岸から遠くの避難先へ避難する
- ②避難は原則、徒歩・自転車・バイクで
- ③津波ハザードマップの浸水予想区域外または津波避難ビルへ津波の到達予想時間まで

◆市からの情報発信

津波警報等が発令された場合は、防災行政無線による放送、登録制メール等による情報発信を行います。防災情報を受信できるように確認しておきましょう。また、市津波避難計画にて津波による浸水想定区域や津波避難について確認をお願いします。

☎安全対策課消防防災班
☎0475(70)0303

▲市津波避難計画



年で最も早く、日の出も遅くなることから、夕暮れから夜間にかけての交通事故が増加します。特に夕暮れ時は、ドライバーから歩行者や自転車が見つけにくいことから交通事故が多発します。

運転する方はライトを早めに点灯し、ハイビームを活用して歩行者等を早めに発見できるようにしましょう。歩行者の方も、反射材を身につけて

自主防災組織の結成を 自分たちの地域を自分たちで守ろう

近年、大地震による家屋の倒壊や土砂災害、津波災害などの大きな被害が発生しています。災害が大規模になると交通網や通信網の遮断、火災や停電、断水等が起こり、市や消防等が十分に防災活動を行えないことがあります。

災害から財産を守り被害を最小限に抑えるためには、普段から顔を合わせている地域や近隣の方々が協力し合い防災活動に取り組むことが必要です。共助の取り組みを行う自主防災組織を結成しましょう。

◆自主防災組織とは

地域住民が自主的に連携して防災活動を行う組織です。平時時は防災訓練、広報活動、防災資機材の整備など、災害時には初期消火活動、救出救助、避難誘導、避難所での給水給食などを行います。

◆自主防災組織の結成

地域住民が組織結成に合意し、規約、活動計画などを定めることで成立します(区・自治会単位、事情により複数の区・自治会共同での結成可)。自主防災組織を結成し

て自分を目立たせましょう。また、横断歩道では歩行者が最優先です。横断歩道の手前では、横断する歩行者がいたら必ず一時停止しましょう。

歩行者の方も、道路を渡る時は横断歩道を渡る、信号を守るとともに、確実に安全確認を行ってください。

道路を利用する方同士が「思いやり・譲り合い」の気持ちを持って、交通事故を防止しましょう。

☎東金警察署
☎0475(54)0110
安全対策課生活安全班
☎0475(70)0387

☎(自主防災組織について)
安全対策課消防防災班
☎0475(70)0303

☎(出前講座について)
地域づくり課市民協働推進班
☎0475(70)0342



12月末までにマイナンバーカードの交付申請をすると、「マイナポイント」の申し込みができます

マイナポイントとは、マイナンバーカードを使って令和5年2月末までに必要な手続きを行うことで、自身が選んだキャッシュレス決済サービスのポイントを最大20,000円分もらえるキャンペーンです。

まだマイナンバーカードを持っていない方でも、12月末までにカード交付の申請をすれば、マイナポイントの申し込みができます。

▶手続きに必要なもの

- ・マイナンバーカード(数字4桁の暗証番号が分かること)
- ・キャッシュレス決済サービスの情報(カードや会員情報など)
- ・公金受取口座を登録する方は、金融機関の口座番号が分かるもの(通帳など)

▶手続期限=令和5年2月末

▶手続方法=市役所に来なくても、マイナンバーカードの読み取りに対応したスマートフォンやパソコンから申し込みができます。


市役所でのサポートを希望する方は、本庁舎1階のサポート窓口までお越しください。

☎(キャッシュレス決済サービスなどの詳細について)

マイナンバー総合フリーダイヤル
☎0120(95)0178

〈市役所でのサポートについて〉

マイナポイントサポート窓口
☎080(3693)9513
平日8時30分~16時(予約不要)



☎キャンペーンの詳細や手続き方法について

安全安心コーナー

東金警察署管内
安全安心キャラクター
「とうがめくん」

**「年末年始特別警戒取締り」を実施
~ひったくりや空き巣に注意しましょう~**

12月10日(出)から令和5年1月3日(火)まで、「年末年始特別警戒取締り」を実施します。パトロールや交通取締りなどを強化しますので、犯罪の被害に遭わないよう注意して、楽しい年末年始を過ごしましょう。

◆ひったくりに遭わないため、ちばカエル作戦

ひったくり被害者の約9割が女性で、被害は16時から24時の夜間帯が約6割を占めています。年末年始はいつもより多額の現金を持ち歩く機会が多いので、一層の注意が必要です。

- ・バッグは、たすきに「かけカエル」
- ・犯人に追い抜きざまに、バッグを取られないようにたすき掛けにしましょう。
- ・手荷物は歩道側に「もちカエル」
- ・犯人の手が届かないよう、車道と反対側にバッグを持ちましょう。
- ・バイクの音には「ふりカエル」
- ・後ろから、オートバイなどの音がしたら、振り返って警戒しましょう。
- ・自転車のかごにはカバーを「つけカエル」
- ・バッグを入れた自転車のかごには防犯カバーを付けましょう。

◆空き巣被害を防止しましょう

年末年始は、帰省や初詣などで家を空けがちです。空き巣に入られないように注意しましょう。

- ・留守に気付かれないようにしましょう
- ・長期間、家を不在にするときは、新聞

の配達を止め、郵便物は不在届を出しましょう。

- ・地域の協力で犯罪を無くしましょう
- ・近所同士で留守宅に訪問者があったら声を掛けましょう。
- ・防犯用品を活用しましょう
- ・補助錠や窓ガラスに貼る防犯フィルムを活用しましょう。

☎東金警察署
☎0475(54)0110

●移動交番開設予定

開催場所	開催予定日	開設時間
セブンイレブン 季美の森店	2日(金)	10時~11時30分
	26日(月)	14時~15時
ケーヨーD2 大網永田店	14日(水)	14時~15時
	27日(火)	14時~15時
主婦の店 大網店	14日(水)	10時~11時30分
	21日(水)	10時~11時30分
農村環境改善センター いずみの里	6日(火)	14時~15時
	20日(火)	10時~11時30分
みどりが丘 自治会館	1日(木)	14時~15時
	28日(水)	10時~11時30分
ショッピングセンター アミリィ	7日(水)	14時~15時
	28日(水)	14時~15時
大網白里市役所	1日(木)	10時~11時30分
大網病院	7日(水)	10時~11時30分

人事行政の運営状況の公表

固総務課人事班 ☎0475(70)0301

本市の人事行政の運営について、「職員数」と「職員の給与」の状況を公表します。これらの情報を市民の皆さんに公表することで、人事行政の透明性を高め、公正な運営に努めています。
市ホームページでは、職員数・給与の状況のほかに、職員の勤務条件、分限・懲戒処分、服務、研修、福利・利益の保護の状況についても公表しています。

1. 職員数の状況

本市では、生活に欠かせない事業（主に道路・排水・福祉・教育）などへの行政需要が増加しています。

これに対応した組織づくりを進めるため、定員適正化計画に基づき、職員の能力向上や事務処理の効率化を図り、必要最小限の職員の確保に努めていきます。

(1) 職員の採用状況

(令和3年4月2日～令和4年4月1日)

区分	男	女	計
採用者数	14人	16人	30人

(2) 職員の退職状況

(令和3年4月1日～令和4年3月31日)

区分	男	女	計
退職者数	25人	11人	36人

(3) 職員数の状況部門別

(各年4月1日)

区分	職員数		
	令和2年	令和3年	令和4年
一般行政	276人	277人	273人
教育行政	88人	81人	79人
公営企業等	174人	172人	172人
合計	538人	530人	524人

※公営企業等には、病院、下水道、国保、介護、ガス事業が含まれます。

(4) 定員管理の進捗状況

地方分権化に伴い、複雑かつ多様化する行政需要に対応しつつ、多岐に渡る課題解決に向けた政策推進を図るため、令和4年3月に定員適正化計画の見直しを行いました。

令和4年度からの5年間を計画期間とし、前計画と同様に必要かつ適正な職員配置に努め、費用対効果の高い行政運営を積極的に推進していきます。

区分	令和3年4月1日の職員数	令和4年4月1日現在における			定員適正化計画目標(令和8年4月1日)
		計画数	実数	計画数との差	
合計	530人	526人	524人	△2人	545人

2. 職員の給与の状況

市職員の給与は、人事院および千葉県人事委員会の勧告内容を参考に、市議会の議決を経た条例およびこれに基づく規則により定められています。

(1) 人件費の状況

(普通会計決算額)

区分	歳出額 (A)	人件費 (B)	人件費率 (B/A)
令和3年度	16,947,118千円	3,242,777千円	19.1%

※人件費には、職員共済費、市長・副市長・教育長の給与を含みます。

参考1：住民基本台帳人口 48,554人 (令和3年度末)

参考2：令和2年度の人件費率 15.0%

(2) 職員給与費の状況

(普通会計決算額)

区分	職員数 (A)	給与費				平均給与費 (B/A)
		給料	職員手当	期末勤勉	計 (B)	
令和3年度	358人	1,351,428千円	290,219千円	537,167千円	2,178,814千円	6,086千円

※職員手当には、退職手当を含みません。

(3) 平均給料月額・平均年齢

(令和4年4月1日)

区分	大網白里市		国	
	平均給料月額	平均年齢	平均給料月額	平均年齢
一般行政職	319,351円	42.4歳	323,711円	42.7歳
技能労務職	327,930円	49.8歳	286,570円	51.1歳
職員全体	321,118円	43.2歳	—	—

(4) 職員の初任給の状況

(令和4年4月1日)

区分	大網白里市	千葉県	国
一般行政職	大学卒	188,700円	総合職 186,700円
			一般職 182,200円
	高校卒	154,900円	150,600円

(5) 一般行政職の級別職員数の状況

(令和4年4月1日)

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	8級	計
標準的職務内容	主事技師	主事技師	主任主事主任技師	副主査	班長主査	副課長副主幹室長	課長副参事主幹	参事	
職員数(人)	34	32	47	58	50	28	21	3	273
構成比(%)	12.5	11.7	17.2	21.2	18.3	10.3	7.7	1.1	100.0

(6) 諸手当の状況

(令和3年度普通会計決算)

地域手当	<ul style="list-style-type: none"> ◆支給率=5.6% ◆支給対象職員=特別職を除く全職員 ◆平均支給年額=221,666円
------	--

(令和3年度)

特殊勤務手当	区分	全職種
	職員全体に占める手当支給職員の割合	18.9%
	支給職員1人当たり平均支給年額(令和3年度決算)	782,291円
	特殊勤務手当の種類	18種
代表的な特殊勤務手当の名称	医務手当、夜間看護手当、検査作業手当、ガス主任技術者手当	

(普通会計決算額)

時間外勤務手当	令和2年度決算額	支給総額	53,475千円
		支給職員1人当たり平均支給年額	174千円
	令和3年度決算額	支給総額	79,879千円
		支給職員1人当たり平均支給年額	265千円

(令和4年4月1日)

	大網白里市	国																														
扶養手当	<ul style="list-style-type: none"> ◆配偶者 6,500円※ ◆子(22歳になった後の最初の3月31日まで) 10,000円 ◆16歳～22歳の子の加算 5,000円 ◆父母等 6,500円※ ※行政職給料表8級以上職員等の場合、支給額は3,500円。 	<ul style="list-style-type: none"> ◆配偶者 6,500円※ ◆子(22歳になった後の最初の3月31日まで) 10,000円 ◆16歳～22歳の子の加算 5,000円 ◆父母等 6,500円※ ※行政職俸給表(一)8級以上職員等の場合、支給額は3,500円。 																														
住居手当	<ul style="list-style-type: none"> ◆貸家の場合 家賃16,000円を超える場合、家賃に応じて支給 限度額 28,000円 	<ul style="list-style-type: none"> ◆貸家の場合 家賃16,000円を超える場合、家賃に応じて支給 限度額 28,000円 																														
通勤手当	<ul style="list-style-type: none"> ◆公共交通機関利用者 運賃相当額(最長の定期代金等)を全額支給 ◆普通自動車などの利用者 使用距離に応じて 3,000円～54,300円 ◆原動機付自転車などの利用者 使用距離に応じて 3,000円～23,840円 	<ul style="list-style-type: none"> ◆公共交通機関利用者 運賃相当額(最長の定期代金等)を支給 限度額 55,000円 ◆普通自動車などの利用者 使用距離に応じて 2,000円～31,600円 																														
期末勤勉手当	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>期末手当</th> <th>勤勉手当</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6月期</td> <td>1.20月</td> <td>0.95月</td> </tr> <tr> <td>12月期</td> <td>1.20月</td> <td>0.95月</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>2.40月</td> <td>1.90月</td> </tr> </tbody> </table> <p>※職制上の段階、職務の級などによる加算措置(5%～15%)があります。</p>		期末手当	勤勉手当	6月期	1.20月	0.95月	12月期	1.20月	0.95月	合計	2.40月	1.90月	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>期末手当</th> <th>勤勉手当</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>6月期</td> <td>1.20月</td> <td>0.95月</td> </tr> <tr> <td>12月期</td> <td>1.20月</td> <td>0.95月</td> </tr> <tr> <td>合計</td> <td>2.40月</td> <td>1.90月</td> </tr> </tbody> </table> <p>※職制上の段階、職務の級などによる加算措置(5%～20%)があります。</p>		期末手当	勤勉手当	6月期	1.20月	0.95月	12月期	1.20月	0.95月	合計	2.40月	1.90月						
	期末手当	勤勉手当																														
6月期	1.20月	0.95月																														
12月期	1.20月	0.95月																														
合計	2.40月	1.90月																														
	期末手当	勤勉手当																														
6月期	1.20月	0.95月																														
12月期	1.20月	0.95月																														
合計	2.40月	1.90月																														
退職手当	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>自己都合</th> <th>勲奨・定年</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>勤続20年</td> <td>19.6695月</td> <td>24.586875月</td> </tr> <tr> <td>勤続25年</td> <td>28.0395月</td> <td>33.270750月</td> </tr> <tr> <td>勤続35年</td> <td>39.7575月</td> <td>47.709000月</td> </tr> <tr> <td>最高限度額</td> <td>47.7090月</td> <td>47.709000月</td> </tr> </tbody> </table>		自己都合	勲奨・定年	勤続20年	19.6695月	24.586875月	勤続25年	28.0395月	33.270750月	勤続35年	39.7575月	47.709000月	最高限度額	47.7090月	47.709000月	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>自己都合</th> <th>応募認定・定年</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>勤続20年</td> <td>19.6695月</td> <td>24.586875月</td> </tr> <tr> <td>勤続25年</td> <td>28.0395月</td> <td>33.270750月</td> </tr> <tr> <td>勤続35年</td> <td>39.7575月</td> <td>47.709000月</td> </tr> <tr> <td>最高限度額</td> <td>47.7090月</td> <td>47.709000月</td> </tr> </tbody> </table>		自己都合	応募認定・定年	勤続20年	19.6695月	24.586875月	勤続25年	28.0395月	33.270750月	勤続35年	39.7575月	47.709000月	最高限度額	47.7090月	47.709000月
	自己都合	勲奨・定年																														
勤続20年	19.6695月	24.586875月																														
勤続25年	28.0395月	33.270750月																														
勤続35年	39.7575月	47.709000月																														
最高限度額	47.7090月	47.709000月																														
	自己都合	応募認定・定年																														
勤続20年	19.6695月	24.586875月																														
勤続25年	28.0395月	33.270750月																														
勤続35年	39.7575月	47.709000月																														
最高限度額	47.7090月	47.709000月																														

(7) 職員の退職管理の状況

令和3年度の課長級以上の退職者5人の再就職等の状況は以下のとおりです。

令和3年度の退職者	5人
営利企業等に再就職した者	0人
市の再任用職員となった者	4人
その他(在家庭等)	1人

12月の健診・予防接種など

●健診等

事業	会場	日時	対象
乳児健診・BCG	(保)	21日(水)午後	R4.7月生まれ
1歳6か月児健診	(保)	16日(金)午後	R3.5月生まれ
2歳児歯科健診	(保)	12日(月)午後	R2.5・6月生まれ
3歳児健診	(保)	14日(水)午後	R1.6月生まれ
すくすく広場	(保)	12日(月)10時～11時30分	
乳児相談	(保)	2日(金)10時30分～11時30分	
歯っぴーモグモグ教室	(保)	16日(金)10時～	R3.9・10・11月生まれ

◎全ての健診と10か月乳児相談は個別通知をしています。すくすく広場以外の上記事業は予約制ですので、必ずご連絡ください。

◎健康相談・子育て相談は随時行っていますので、問い合わせください。

●予防接種

接種	会場	日程	受付時間
BCG	(保)	21日(水)	13時10分～14時 ※完全予約制。希望の方は申し込みください。
麻しん・風しん混合		予約日に受けられます	
日本脳炎		6日(火)、13日(火)、23日(金)	
予約日		9日(金)、19日(月)	

(保)=保健文化センター

▼対象者：市の住民基本台帳に登録されており、接種日に次の要件を満たしている方

高齢者のインフルエンザ予防接種

5月に昭和56年度生まれの方には無料クーポンを送付しました。お手元に無い方、また、40歳以上で過去に肝炎検診を受けたことが無い方は無料クーポン券を送付しますので、早めに問い合わせください。

●別表 予診票の送付状況

生年月日	送付状況
昭和22年9月30日以前生まれの方(75歳以上)	全員に送付
昭和22年10月1日～昭和31年9月30日生まれの方(66～74歳)	令和3年度にインフルエンザ予防接種を受けた方に送付
昭和31年10月1日～昭和32年9月30日生まれの方(65歳)	全員に送付
令和4年8月31日までに転入した66歳以上の方	全員に送付

入札結果の公表

市が発注する建設工事、業務委託、物品購入等の入札結果のうち、主なもの(落札金額が工事500万円以上・業務委託300万円以上・物品購入等200万円以上)について公表します。

10月6日一般競争入札実施分

○件名	経年ガス導管入替工事(大網7区)
場所	大網(山王)地内
落札業者	(株)加藤工業所
落札金額	19,360,000円
落札率	94.66%
○件名	竜宮橋補修工事
場所	四天木地内
落札業者	鈴木土建(株)
落札金額	13,530,000円
落札率	94.83%
○件名	国保大網病院 静止型マットレス貸借
場所	富田884番地1 国保大網病院
落札業者	(株)東基
落札金額	6,118,200円
落札率	91.15%

国財政課契約管財班 ☎0475(70)0312

感染症対策による生活の変化や行動制限は、私たちに大きなストレスをもたらしています。精神的な強さ・弱さにかかわらず、長期にわたってストレスにさらされたり、悩みや不安が蓄積したり急激に増加したりすると、どんな人でも心のバランスは崩れやすくなり、心身にさまざまな症状が現れます。我慢して放っておくと、うつ病などの心の病気のリスクが高まります。

「新しい生活様式」が求められている昨今、ストレスに上手に向き合い、自分に合った方法で適度に解消していくことが大切です。心が押しつぶされそうなきは無理をせず少し立ち止まってみましょう。

①「こころのサイン」が出たから早めにメンテナンス。心身の不調の原因がストレスの場合、「弱音を吐けない」「休めない」と無理しがちですが、大切なのは今以上の悪化を防ぐことです。早めに気付けて休養を取りましょう。

②自分の気持ちを書き出す。漠然とした不安は、さらなるストレス増加につながります。不安・モヤモヤを心に抱えているときは、自分の置かれた状況を書き出し客観的に見てみましょう。独りで対処しなければならぬことなのかという視点で考えると気持ちが楽になります。

③相談する。悩みを信頼できる第三者に相談すると客観的・冷静な視点で、抱える問題が重要なのか、相談することが困難に思えるものか、誰かに相談したいと思っても「みんな大変だから」と相談することをためらっていませんか。決して独りで悩まず、医療機関や専門の相談機関を利用しましょう。LINEなどのSNSでの相談も実施しています。

不安で落ち着きが無い。涙も無く悲しくなる。体調が優れない。訳も無くイライラする。ボーっとして集中できない。人と関わるのがおっくう。自分のことを否定してしまう。何をしても楽しいと思えない。食欲が湧かない、または食べ過ぎる。お酒や刺激物の摂取量が増えた。

「新しい生活様式」が求められている昨今、ストレスに上手に向き合い、自分に合った方法で適度に解消していくことが大切です。心が押しつぶされそうなきは無理をせず少し立ち止まってみましょう。

①「こころのサイン」が出たから早めにメンテナンス。心身の不調の原因がストレスの場合、「弱音を吐けない」「休めない」と無理しがちですが、大切なのは今以上の悪化を防ぐことです。早めに気付けて休養を取りましょう。

②自分の気持ちを書き出す。漠然とした不安は、さらなるストレス増加につながります。不安・モヤモヤを心に抱えているときは、自分の置かれた状況を書き出し客観的に見てみましょう。独りで対処しなければならぬことなのかという視点で考えると気持ちが楽になります。

③相談する。悩みを信頼できる第三者に相談すると客観的・冷静な視点で、抱える問題が重要なのか、相談することが困難に思えるものか、誰かに相談したいと思っても「みんな大変だから」と相談することをためらっていませんか。決して独りで悩まず、医療機関や専門の相談機関を利用しましょう。LINEなどのSNSでの相談も実施しています。

保健師だより
コロナ禍におけるこころの健康



問い合わせは
健康増進課
☎0475
(72)8321



▲チャット



▲LINE

肝炎(B型・C型)検診無料クーポンの有効期限は12月31日まで

肝炎検診は、40歳以上で過去に検査を受けたことが無い方が対象です。市内の委託医療機関での血液検査となります。5月に昭和56年度生まれの方には無料クーポンを送付しました。お手元に無い方、また、40歳以上で過去に肝炎検診を受けたことが無い方は無料クーポン券を送付しますので、早めに問い合わせください。

風しん抗体検査クーポン券の有効期限を延長。昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの方の男性を対象とする風しん抗体検査・予防接種事業が、令和7年3月末まで延長されました。以前発行したクーポン券は使用できません。希望する方は新たに発行しますので、問い合わせください。

栄養士だより

シニア世代の簡単クッキング(男性料理)参加募集

- ▶日時=12月22日(木)10時～12時
- ▶会場=中央公民館
- ▶内容=調理の基礎知識、調理実習(キーマカレー、みかんの牛乳寒天)※作った料理は持ち帰りとなります。初心者歓迎。
- ▶募集人数=15人
- ▶申込方法=電話または健康増進課で申し込み
- ▶持ち物=参加費300円、エプロン、バンダナ、持ち帰り用の袋
- ▶主催=食生活改善協議会



良い歯と健康な歯肉で 歯っぴーライフ

手洗い・うがい・お口ケアでウイルス撃退!!

今年の冬の感染症対策は万全ですか。新型コロナウイルス感染症が収束しない中、季節性インフルエンザの流行も懸念されています。

お口の中の細菌が持つ酵素には、ウイルスが体内に侵入する手助けをする働きがあるため、お口の中が汚れている人ほど感染症に罹りやすくなってしまいます。

感染症予防、重症化予防のためには、お口の中をきれいに保つことが重要です。

◆お口のケアをするときは

- ①歯と歯ぐきの境目を狙って磨く(歯周病も予防できます)
- ②デンタルフロスや歯間ブラシなどで、歯間の細菌を落とす
- ③舌ケアで舌苔(細菌の塊で、お口全体の細菌の供給源になります)を落とす。普段の手洗い・うがいにお口ケアをプラスして、ウイルスに負けない健康な体で過ごしましょう。





相談コーナー 要予約

●地域づくり課市民協働推進班から

人権・行政相談＝12月15日(木)13時～16時・中央公民館 相談室

消費生活相談＝毎週(月)・(火)・(水)・(金)10時～12時、13時～16時

中央公民館相談室(祝日、年末年始を除く)

電話相談＝☎0475(70)0344

交通事故巡回相談＝12月8日(木)10時～12時、13時～15時・中央公民館相談室 ☎

☎0475(70)0342

●子育て支援課児童家庭班から

子育て相談・ひとり親の自立支援・婦人相談(離婚前等)

電話・来所相談＝平日9時～16時

☎0475(70)0328

●社会福祉協議会から

心配ごと相談＝第2・4(月)13時～16時(電話相談可)

法律相談＝第2～4(水)13時～16時 ☎

税務相談＝第2(火)13時～16時 ☎

心の相談＝第2(金)9時～15時 ☎

☎0475(70)1122(相談専用)

●山武保健所(山武健康福祉センター)から

腸内細菌検査＝毎週(火)9時～11時(12月27日(火)を除く)

エイズ検査＝12月8日(木)・22日(木)13時～13時30分 ☎

親子の心の相談＝12月12日(月)14時～15時、15時～16時 ☎

精神保健福祉相談＝12月7日(水)14時30分～16時30分 ☎

12月14・28日(水)14時～16時 ☎

DV相談＝電話相談 ☎0475(54)2388 年末年始を除く(月)～(金)9時～17時

来所相談 毎週(月)9時～17時 ☎

障害者差別相談＝電話相談 ☎0475(54)3556

(月)～(金)9時～17時

●山武保健所(山武健康福祉センター)

☎0475(54)0611

●税理士による無料相談 ☎

日時・会場＝12月7日(水)・21日(水)10時～15時・東金商工会館

☎0475(50)6322

●ライター無料法律相談 ☎

登記、相続、成年後見、多重債務、裁判などについて

日時・会場＝毎月第2(火)18時～・東金中央コミュニティセンター

☎0475(53)3200



▲市ホームページ

地球温暖化対策や電力の強化を図るための住宅用設備等を導入した方に、設置費用の一部を補助します。

▼主要要件等

- ①補助対象設備を導入した住宅に自ら居住し、本市の住民基本台帳に記録されている方であること
- ②世帯全員が市税を滞納していないこと
- ③補助対象設備の設置工事等に着手する日が、令和4年4月1日以降であること

●地域づくり課環境対策班

☎0475(70)0386

狂犬病予防注射をまだ受けさせていない場合は、動物病院で早めに受けさせるようしましょう。

▼注意事項

- ・必ず事前に動物病院に予約をする
- ・飼い主の同伴はできる限り1人とする
- ・せきや発熱等の症状がある場合は来院を控える

※動物病院で注射した後に、注射した証明になるもの(手数料550円)を持参し、地域づくり課で注射済票の交付を受けてください。

お知らせ

住宅用設備等脱炭素化促進事業補助金の申請を受付中

●狂犬病予防注射

※そのほかの要件も、申請前に必ずご確認ください。

☎0475(70)0386

情報コーナー



地籍調査成果の交付

地籍調査とは、一筆ごとの土地所有者、地番、地目を調査して、境界の位置と面積を測量する調査です。

本市における地籍調査は平成29年度から着手しており、本年新たに北今泉地区内の0.86km²において登記まで完了しました。

地籍調査が完了した地区の地籍成果は市で保管しており、集成図や一筆図形などの調査成果の交付を行っています。

▶調査完了地区＝北今泉の一部(別図参照)

▶交付している成果＝集成図、一筆図形、基準点一覧表

▶交付手数料

- ・集成図＝300円/枚
- ・一筆図形＝300円/枚
- ・基準点一覧表＝300円/枚

▶注意事項

資料はすべて地籍調査が行われた当時のデータであり、調査後の分合筆等の相違は反映されていません。

●建設課管理班

☎0475(70)0350



年末年始の粗大ごみ収集業務日程 戸別収集の電話受付・自己搬入

〈戸別収集について〉

▶業務日程

地区	区分	年内収集の受付締切日	収集日	年始の受付開始日
山辺		12月21日(水)	26日(月)	1月4日(水)
瑞穂		12月22日(木)	27日(火)	
白里		12月23日(金)	28日(水)	
増穂北・増穂南		12月19日(月)	22日(木)	
大網		12月20日(火)	23日(金)	

※年内収集の受付締切日以降の申し込み、また、収集日当たりの申し込みが50件以上になった場合は、1月4日(水)以降の収集となります。

※年末の電話受付は、12月28日(水)までです。

▶申込先＝0475(50)5301

〈自己搬入について〉

▶搬入期間

・年末＝12月28日(水)まで
 ・年始＝1月7日(土)から
 年末は自己搬入の車両で大変混雑します。市町のごみ収集車の円滑な業務のため、早めの搬入へのご協力をお願いします。

☎0475(55)9141

リサイクル倉庫はルールを守ってご利用ください

リサイクル倉庫で回収できないものが持ち込まれてしまふ。ルールやマナーの遵守にご理解と協力をお願いします。

▼リサイクル倉庫設置場所

市役所・中部コミュニティセンター・白里出張所・農村ふれあいセンターやまべの郷

▼回収品目

- ①新聞(チラシ含む)
- ②雑誌
- ③ダンボール
- ④衣類
- ⑤飲料用紙パック
- ⑥雑がみ(☎マークのある製品)

お菓子の箱やトイレレットペーパーの芯、紙袋等。臭いや汚れのあるものは可燃ごみに出してください。コピー用紙

紙のシュレッダー屑含む) ※ひもで束ねる、紙袋に入れる等散乱しないようにしてください。

▼利用時間

年末・年始を除く8時30分～17時

※中部コミュニティセンター、農村ふれあいセンターやまべの郷は休館日は利用できません。

▼回収できないもの

- ①布団や毛布等の寝具やカーペット、着物、カーテンなど
- ②電化製品
- ③皿やグラスなどの食器
- ④発泡スチロールなどの梱包材・緩衝材

☎0475(70)0386

東金市外三市町清掃組合 令和5・6年度入札参加資格審査申請書の受付

東金市外三市町清掃組合が発注する建設工事、測量・建設コンサルタント、委託、物品購入の入札参加を希望する方を対象に、令和5・6年度入札参加資格審査申請の受付を行います。

▶受付期間＝令和5年1月11日(水)～2月3日(金)

▶申請方法＝郵送

※要領や申請書類は組合ホームページより取得できます。

申・東金市外三市町清掃組合総務課 ☎0475(55)9131

http://www.clean-togane-chiba.jp

12月のごみ収集日

ごみは当日の朝8時までに決められた場所へ

☎0475(70)0386

地区名	ビン・ガラス	金属類	カン	ペットボトル			可燃ごみ			蛍光灯	乾電池
				通常	年末	年始	通常	年末	年始		
金谷郷(1区・2区・3区・4区・5区・沓掛・旧駅前のうちJR東金線より西側地区)・餅木・大竹・季美の森南・大網(南町のうちJR東金線より西側地区)・北吉田・桂山・九十根・長国・下ヶ傍示・細草・清水・二之袋	7日(水)	21日(水)	14日(水) 28日(水)	毎週(金)	12/23(金)まで	1/6(金)から					
大網(笹塚・前島・長峰・竹の下・道塚・北の谷・宮谷・内谷・前島団地・前島区内町内会・新堀・本宿と新田のうちJR東金線より西側地区)・沼向・双葉区・福田のうち東山田台大網白里線より北側地区)・東山田台大網白里線より北側の(柿餅・北飯塚・木崎・柳橋・星谷)・小西・養安寺・北横川・山口・みどりが丘・上貝塚・清名幸谷・上貝塚柿餅入会地・上谷新田・富田(北)・富田(東)	1日(水)	15日(水)	8日(水) 22日(水)	毎週(木)	12/22(木)まで	1/5(木)から	毎週(月)(水)	12/30(金)まで	1/4(水)から		
永田・ながた野・小中(平沢)・萱野・砂田・神房・北今泉・南今泉(東山田台大網白里線より北側地区)	2日(木)	16日(木)	9日(木) 23日(木)	毎週(月)	12/26(月)まで	1/16(月)から	毎週(火)(木)	12/31(土)まで	1/5(木)から		
大網(浜宿・新宿・南町また本宿と新田でJR東金線より東側地区)・福田のうち東山田台大網白里線より南側地区)・金谷郷(JR東金線より東側地区)・仏島・みやこ野・経田・駒込(15区のうちJR外房線より東側地区)および大あみハイツ)・南飯塚・南横川・弥幾野・東山田台大網白里線より南側の(柿餅・北飯塚・木崎・柳橋・星谷)・富田(南)・わらび台	6日(火)	20日(火)	13日(火) 27日(火)	毎週(火)	12/27(火)まで	1/10(火)から	毎週(月)(水)	12/30(金)まで	1/4(水)から		
南玉・池田・駒込(7区・15区のうちJR外房線より西側地区)・みずほ台(みずほ東自治会含む)・小中(小中・宮崎)・四天木・四天木甲・四天木乙・南今泉(東山田台大網白里線より南側地区)	5日(月)	19日(月)	12日(月) 26日(月)	毎週(水)	12/28(水)まで	1/4(水)から	毎週(火)(木)	12/31(土)まで	1/5(木)から		

今月は収集を行いません

お知らせ

家屋を取り壊したときは

登記していない家屋
登記していない家屋を取り壊した場合は、税務課に家屋滅失通知書の提出が必要になるため、ご連絡ください。

〈登記していない家屋〉

登記している家屋を取り壊した場合、滅失登記が必要になるため、手続きについて法務局東金出張所に確認ください。

介護保険制度による障害者控除認定書の発行

確定申告等で、障害者手帳をお持ちでない方でも、手帳保持者に準じた所得税・住民

令和5年1月から軽自動車車の車検時の納税証明書の提示、新車購入時の手続きが変わります

軽自動車税納付確認システム(軽JNKs)・軽JNKs(ジェンクス)の開始
軽JNKsによる納付確認により、継続検査窓口での納税証明書の提示が原則不要になります。

納付方法によっては、納付確認に相応の日数を要する場合があります。お急ぎの際は、早めの納付をお願いします。
軽自動車ワンストップサービス(軽OSS)の開始
「新車購入時」の軽自動車保有関係手続がパソコンでいつでも可能となります。
※二輪・原付・小型特殊自動車は対象外です。

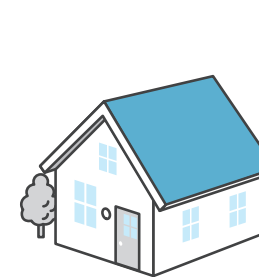
い。法務局で滅失登記の申請をしていただくと、市にその旨が通知され、固定資産課税台帳の滅失処理を行います。固定資産税は、毎年1月1日(賦課期日)現在の状況で課税されます。そのため、家屋を取り壊した翌年度から課税されなくなります。

取り壊しを行った年度はそのままの課税となりますので、ご了承ください。

住宅を取り壊した場合は、住宅用地に対する特例措置が適用されなくなり、翌年度から土地の固定資産税の税額が上がる場合があります。

税の障害者控除が受けられる場合があります。市では、介護保険の認定を受けている方で一定の要件を満たした方に対し、申請により「障害者控除対象者認定書」を発行しています。

申請は、令和5年1月4日(水)から高齢者支援課介護保険班へ受け付けます。



適用されなくなり、翌年度から土地の固定資産税の税額が上がる場合があります。
団・団千葉地方法務局東金出張所
0475(52)2402
税務課資産課税班
0475(70)0322

税の障害者控除が受けられる場合があります。市では、介護保険の認定を受けている方で一定の要件を満たした方に対し、申請により「障害者控除対象者認定書」を発行しています。

尺八講習会のご案内
わが国の風土と伝統に培われた楽器「尺八」の魅力を見つけてみませんか。
▶日時=令和5年1月14日(土)10時~11時
▶会場=大網白里市大網860-4
▶対象=初心者
▶募集人数=先着2人
▶参加費=1,500円(テキスト代のみ)
※当日楽器貸与。
※要予約。
問小西(尺八教室児童会代表)
080(3391)9003

伝言板
ケイケンキョウ

問(軽JNKs)関係(おんり)
税務課収税班
0475(70)0320
(軽OSS)関係(おんり)
税務課市民税班
0475(70)0321
https://www.k-oss.keikenkyo.or.jp

2019年度 中8人・高14人 かけがえない自殺122人の命を守りたい 自殺対策ひきこもりの相談会
絵でイジメのSOSを発見。一人で悩まず相談。今までのらくがき絵を持参ください。無料心理絵画鑑定。希望者には、講習会も行います。
▶日時=毎月第2・4(土)14時~17時
▶会場=東金サンピアホール
▶対象=3歳~大人
▶参加費=無料
問あすなろ絵画会/清水
080(5079)6304

しらこ落語会
林家たい平氏をはじめ、白子町出身の落語家三遊亭律歌氏ほか3名が出演します。
▶日時=令和5年2月11日(土)14時開演
▶会場=白子町青少年センターホール
▶入場料=全席指定2,000円/人(税込み)
▶入場券販売=白子町教育委員会(青少年センター)窓口で12月12日(月)より販売。祝日および年末年始を除く9時~17時
販売時、来場する方全員のお名前、連絡先を伺います。未就学児の入場はご遠慮ください。売り切れ次第販売終了。
問白子町生涯学習課
0475(33)2144

楽友会(民謡尺八三味線)のご案内
地元や全国の民謡と一緒に唄いませんか。現在10名ほどで稽古を楽しんでいます。
▶日時=12月5日(月)・19日(月)13時30分~16時30分
▶会場=中央公民館1階講堂
▶会費=2,000円/月
対象者、募集人数に制限はありません。
問楽友会会主/田邊
0475(77)3531

白里フードフェスが初開催されました
11月12日、13日に白里フードフェスが白里海岸市営駐車場で初開催され、キッチンカーの出店や地元特産品の販売、動物との触れ合い体験等が行われました。
当日は、天候にも恵まれ、2日間で計4,400人もの方々が来場し、盛大な賑わいとなりました。

小物作りを楽しみましょう
つまみ細工のブローチ、動物・花などの根付、菜、ミニひな様など、1回で持ち帰れます。暇つぶし、趣味、ポケ防止など、理由は問いません。楽しみましょう。
▶日時=随時受付。お電話ください。
▶会場=(株)まるやま茂原店(茂原市役所近く)、きものサロン東金(まねぎねこ隣)
▶参加費=材料費500円/回
問羽矢
090(5823)0438

十枝の森 紅葉ニュース
この森は九十九里平野の田園地帯を支える両総用水の生みの親の屋敷跡です。12月初旬の清々しいイロハモミジの紅葉の森を多くの人に散策していただき、コロナ禍をリセットしましょう。
▶見ごろ=12月初旬の10日間ほど
問十枝の森を守る会事務局
080(9809)5505

太極拳同好会会員募集
ゆったりと体を動かす動作と呼吸が健康増進へ繋がり、過ぎす明日のため今始めましょう。
▶日時=毎週10時~12時
▶会場=老人福祉センター「コスモス荘」
▶講師=齊藤輝先生
▶会費=2,000円/月
問石田
080(1008)4168

ゴルフ「横好き会」
青空の下でゴルフを楽しみませんか(初心者歓迎)。
▶日時=平日
▶コース=千葉県内のコース
▶参加費=各自実費負担
問崎口
090(8811)4842
sakiabc@r6.ucom.ne.jp

大網笑いヨガ
笑いヨガは、だれでもできる健康体操です。笑うと健康に良いことが医学的に証明されています。みんなで笑って健康を分かち合しましょう!
▶日時=12月25日(日)13時30分~15時30分(第4回)
▶会場=中央公民館
▶参加費=100円
問大野
090(9341)3725

大網社会法研究会
フリーランスと労災保険・安全衛生・健康保険
▶日時=12月10日(土)14時~15時30分
▶会場=中央公民館
▶参加費=300円/回(資料代)
参加希望の方は、12月4日(日)までに電話連絡をお願いします。
問田中
090(8850)5977

給食レシピでのおとう飯(はん)を作ってみませんか
◇おとう飯(はん)とは
子育て世代の男性の家事・育児等、特に料理への参画促進を目的とした取組です。市では平成29年に市長が「おとう飯サポーター」となり、啓発活動を行っています。
本市の小中学校の給食は、子どもたちに温かい給食を提供するとともに、各学校の栄養職員が独自の献立により食育の推進を図ることができる自校方式を採用し、各校で工夫した給食を提供しています。
その中でも特に人気のあるメニューのレシピを市ホームページにて紹介しますので、年末年始やおうち時間におとう飯(はん)として作ってみてはいかがでしょうか。各校の選りすぐりのレシピをお楽しみください。
◇給食レシピの料理を作って写真と感想をお寄せください
アレンジも大歓迎です。応募した方には参加賞を用意しています。写真と感想は市ホームページや広報紙等で紹介します。
▶投稿資格 市内在住・在勤の男性(既婚・未婚は問いません)
▶募集期間 令和5年1月12日(木)まで
▶投稿規定
給食レシピを基に作った料理の写真と感想を募集します。市役所・中部コミュニティセンター・白里出張所に設置の投稿用紙に記入いただくか、次の必要事項を記入して応募してください。
①氏名(紹介する際にハンドルネームを希望する場合は併せて記載)・フリガナ
②年齢 ③住所(市外在住の方は勤務先名) ④電話番号 ⑤レシピ名
⑥作ってみた感想
⑦料理の写真(上から撮影)1枚・投稿者の写真(完成品を持っている写真など)1枚
▶投稿方法
メール(件名に「おとう飯(はん)チャレンジレシピ」と入力)、郵送、または持参
▶注意事項
・提出いただいたデータは市に帰属し、断りなく広報紙・市ホームページ等で公表する場合があります。
・参加賞は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。
問・問〒299-3292 大網白里市大網115-2 地域づくり課市民協働推進班
0475(70)0342
chiiki@city.oamishirasato.lg.jp

図書室だより

◎年末年始の休室
年末年始の休室期間中は、ブックポストが使用できませんのでご了承ください。
▶休室期間=12月28日(水)~1月3日(火)
▶ブックポスト使用停止期間=12月28日(水)17時~1月4日(水)8時30分

◎冬のおはなし会
大型絵本の読み聞かせや、パネルシアター等を行います。詳細は市ホームページ等をご覧ください。

・大網白里市図書室
▶日時=12月10日(土)14時30分~
▶会場=大網白里市図書室会議室

・中部分室
▶日時=12月7日(水)15時30分~
▶会場=中部コミュニティセンター会議室

・白里分室
▶日時=12月8日(木)15時30分~
▶会場=白里公民館視聴覚室

◎今月の展示棚
「人とAIの世界」
社会のデジタル化が進み、さまざまな物にAI(人工知能)が使用されている現代。
人間の代わりに機械やロボットが働いている場所もあります。人とAIが共存する世界は、今後どのようなようになっていくのでしょうか。本を読んで知識を深めてみませんか。
「人工知能が俳句を詠む」川村 秀憲/共著 オーム社
「錆びた太陽」恩田 陸/著 朝日新聞出版
「ロボットは東大に入れるか」新井 紀子/著 イースト・プレス
「パラゴンとレインボーマシン」ジラ・ベセル/作 小学館
「こんなにスゴイ!未来のせかい」増田 まもる/監修 東京書籍
「人間の未来 AIの未来」山中 伸弥/著 講談社

図書室休室日 5日(月)・12日(月)・19日(月)・26日(月)・28日(水・室内整理日)・29日(木)~1月3日(火)

問大網白里市図書室 0475(72)8383
大網白里市図書室 検索

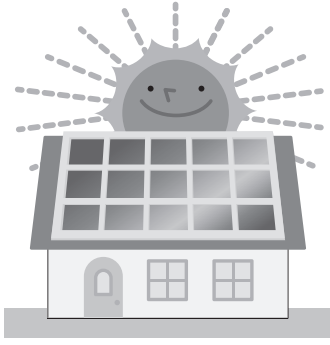
お知らせ

令和5年度償却資産(固定資産税)の申告を忘れずに

償却資産とは、土地や家屋以外の事業用資産をいい、固定資産税の課税対象となります。例えば、会社や個人が事業(工場、商店、建設業、アパート経営、農業等)のために所有している構築物や機械、器具、備品等が対象です。毎年1月1日(賦課期日)現在で市内に償却資産を所有している方は、地方税法の規定により申告をする必要があります。

また、所有している資産の課税標準額が150万円未満になると見込まれる場合でも、事業用として使用されている間は申告する必要があります。申告の方法等、詳細は問い合わせください。

※太陽光発電設備について、発電出力が10kw以上の余剰発電または全量売電の場合は、償却資産に該当し申告が必要となります。※事業の休廃止により、事業の用に供していない資産がある場合は、固定資産として課税対象外となりますので、減少の申告を願います。



います。
※「eLTAX」による電子申告も利用できます。
▼申告期限 令和5年1月31日(火)
※郵送で提出する場合は、1月31日(火)の消印まで有効。
● 令和4年分所得税の確定申告書関係書類の税務課窓口配布・配架部数を削減します

なお、令和5年1月からマイナンバーカードやスマートフォンによるeTaxを利用した確定申告がさらに便利になる予定です。自宅等からの申告手続等の積極的な利用をお願いします。
● 令和4年分所得税の確定申告書関係書類の税務課窓口配布・配架部数を削減します

採用予定日 令和5年4月1日
申込書等は山武郡市広域行政組合総務課で配布しています。また、行政組合ホームページからダウンロードも可。
▼申込書受付期間 12月12日(月) 8時30分～17時
▼受付場所 山武郡市広域行政組合総務課
詳細は問い合わせください。
● 山武郡市広域行政組合総務課
0475(54)0250

赤十字の防災ボランティアは、災害時、救援から復興・再建のために、さまざまな活動をしています。
日ごろどのような活動をしているのか知っていただくためセミナーを開催します。
● ボランティアの募集もしています。
▼日時 12月11日(日) 9時30分～12時
▼会場 芝山町やすらぎの里
▼内容 「赤十字について」、「赤十字ボランティアとは?」、「赤十字ボランティア」とは?」
● 赤十字ボランティア
申・山武郡市広域行政組合 宇田 第5ブロック連絡協議会
090(6164)8205

令和5年度の市内小・中学校体育施設の利用について、説明会を行います。
使用を希望する団体は出席してください。
▼日時 2月18日(土) 10時
▼場所 大網白里アリーナ サブアリーナ
使用を希望する団体は、1月18日(水)までに使用希望書を提出してください。ファクス・メール可。使用希望書は大網白里アリーナで配布します。また、市ホームページからもダウンロードできます。
詳細は問い合わせください。
● 大網白里アリーナ
0475(72)5708
0475(72)0436
sports@city.oamishira.sato.lg.jp

毎年1月末以降、税務課窓口にて配布・配架している所得税の確定申告書関係書類について、国税庁にて令和4年以降の印刷部数を大幅に削減するため、来庁する方へお渡しできる書面の確定申告書等の様式が大幅に減少する見込みです。
用紙の在庫が無くなり次第、税務課窓口での配布・配架は終了しますので、用紙等を希望する方は東金税務署へ問い合わせください(0475(52)3121)。

募集人数 2人程度
▼要件 昭和52年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方で、介護福祉士の資格を有する方または令和4年度に実施される試験で介護福祉士の資格取得見込みの方。
▼試験日時 (第1次) 令和5年1月22日(日) 10時(開場9時)、(第2次) 令和5年2月2日(予定)
試験日程などの詳細は問い合わせください。
● 会場 山武郡市振興センター(東金市東岩崎1-17)
0475(25)0452

陸上自衛隊高等工科学校生徒
▼資格 (一般) 中卒(見込含む)の17歳未満の男子
▼受付期間 (一般) 令和5年1月6日(金)まで
● 自衛官
0475(54)0250

令和5年度の市内小・中学校体育施設の利用について、説明会を行います。
使用を希望する団体は出席してください。
▼日時 2月18日(土) 10時
▼場所 大網白里アリーナ サブアリーナ
使用を希望する団体は、1月18日(水)までに使用希望書を提出してください。ファクス・メール可。使用希望書は大網白里アリーナで配布します。また、市ホームページからもダウンロードできます。
詳細は問い合わせください。
● 大網白里アリーナ
0475(72)5708
0475(72)0436
sports@city.oamishira.sato.lg.jp

令和5年度の市内小・中学校体育施設の利用について、説明会を行います。
使用を希望する団体は出席してください。
▼日時 2月18日(土) 10時
▼場所 大網白里アリーナ サブアリーナ
使用を希望する団体は、1月18日(水)までに使用希望書を提出してください。ファクス・メール可。使用希望書は大網白里アリーナで配布します。また、市ホームページからもダウンロードできます。
詳細は問い合わせください。
● 大網白里アリーナ
0475(72)5708
0475(72)0436
sports@city.oamishira.sato.lg.jp

社会体育施設臨時休館(休場)のお知らせ

皆さんの、ご理解ご協力をお願いします。

期日	時間	施設名	行事	備考
1/8(日)	9時～19時	全ての社会体育施設	成人式	19時から通常どおり利用できます。
	9時～17時	トレーニング室		17時から通常どおり利用できます。
1/14(土)	9時～17時	全ての社会体育施設	新春マラソン大会	17時から通常どおり利用できます。
	9時～15時	トレーニング室		15時から通常どおり利用できます。
1/15(日)	9時～17時	全ての社会体育施設	新春マラソン大会 予備日	14日(土)に開催された場合は個人使用料金で利用できます。
	9時～15時	トレーニング室		14日(土)に開催された場合は通常どおり利用できます。
1/21(土)～22(日)	終日	トレーニング室	プロバスケットボール試合	—
1/28(土)	9時～13時	トレーニング室	市制施行10周年記念式典	13時から通常どおり利用できます。
1/4(水)～2/28(火)	終日	野球場	グラウンド整備	—

大網白里アリーナ 0475(72)5708

こちらは消費生活センターです！プロパンガスの契約先変更を迫る強引な勧誘に注意

一人暮らしの母の家に、プロパンガス会社を切り替えないかと事業者の来訪があった。
母は一度断ったものの、長時間にわたり契約を迫られたため、申込書に記名押印してしまったようだ。母は電話で「やっぱり断りたい」と伝えたが、その後も事業者から何度も電話があった。電話に出ないでいたら、数日後の夜に事業者が来て再度しつこく契約を迫られたので、怖くなり応じてしまったという。解約したい(当事者:90歳代女性)。

強引に契約を勧められても、必要が無ければ断りましょう。「今より安くなる」と勧誘されても、その料金が続くとは限りません。契約内容を確認し、不明な点は事業者の説明を求め、その場では契約せず慎重に検討しましょう。家族や周りの方は、高齢者が訪問販売などでしつこく勧誘を受けていないか日ごろから気を配りましょう。訪問販売はクーリング・オフできる場合があります。困ったときは、消費生活センターにご相談ください。(国民生活センター見守り新鮮情報第432号より)

◆市消費生活センター
▶相談日時=祝日を除く(月)・(火)・(水)・(金) 10時～12時、13時～16時
▶会場=中央公民館1階相談室
▶相談電話=0475(70)0344
● 地域づくり課市民協働推進班
0475(70)0342

ガスストーブ・ファンヒーターを安全に使いましょう

使用の際は次の点に注意しましょう。

1時間に1～2回程度、窓を開けるなどして新鮮な空気に入れ替えましょう。

ファンヒーターのフィルターはこまめに掃除しましょう。

器具の周辺に燃えやすいものは置かないでください。また、小さなお子さんのいる家庭ではやけどなどに注意しましょう。

火災の原因になります。 配管やけどになる恐れがあります。

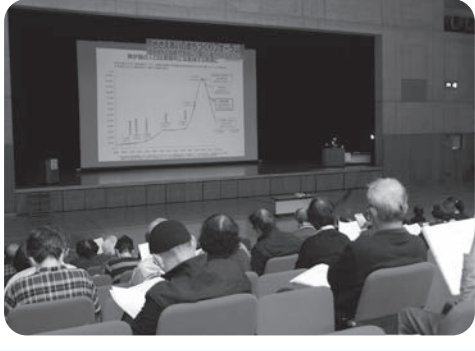
〈ガスメーターの点滅について〉
マイコンメーターは、30日間連続してガスの流れが発生していると警報表示として赤ランプが点滅します。ガス漏れ以外でも、給湯暖房器(床暖房、連続運転の給湯器)や種火式の機器等の連続使用により30日間ガスの流れが常時検出された場合に警報表示機能が働きます。
警報表示は、1時間以上、家全体のガスを止めることにより解消されます。点滅が消えない場合はガス漏えいの疑いがあるため、ガス事業課までご連絡ください。
● ガス事業課 0475(72)1131

市営ガスは、家計にも環境にもやさしい県産天然ガスを供給しています(供給しているガス種は12Aです)。

農地へのごみのポイ捨てはやめましょう 空き缶や空き瓶は農業機械の故障や作業者のけがにもつながります
● 農業振興課農政班 0475(70)0345

ささえあいのまちづくり フォーラム

11月8日に、大網白里アリーナに、地域の高齢者支援について考える皆さんが集いました。市の高齢者福祉と生活支援についての報告や、地域のささえあい活動についての講演や事例発表が行われました。



市老人クラブ連合会 ふれあいスポーツ大会を開催



10月27日に、市運動広場で市老人クラブ連合会主催のふれあいスポーツ大会が行われました。輪投げやゴルフ、玉入れ、レクなど、楽しみながら元気に体を動かしました。



ふるさと収穫祭

講座・催し

は商工会ホームページ等でご確認ください。
市商工会

0475(72)0239
<https://www.oami.jp/>

第14回異世代交流子どもフェスタ

県立大網高校と市商工会の共同企画により、地元産品を市民の皆さんに親しんでもらうため「ふるさと収穫祭」を開催します。大網高校の生徒が栽培した農産物やジャムの販売、商工会会員による模擬店出店を行います。
 なお、当日は新型コロナウイルス感染症対策を実施した上で開催となります。ご来場の皆さまには、ご理解とご協力をお願いします。
日時 12月24日(土)9時～12時
会場 市役所駐車場
 詳細は新聞折込チラシまた

市子ども会主催事業「子どもフェスタ」を開催します。工作教室や、ハーバリウム作り、昔遊び体験といった楽しい教室が開催されますので、ぜひご参加ください。
日時 12月4日(日)9時～12時
会場 農村環境改善センターいずみの里
申・閩子ども会育成連絡協議会事務局(生涯学習課内)
 0475(70)0380

青少年相談員連絡協議会 主催 新春書初め大会

日時 令和5年1月5日(木)9時45分受付、10時開始
会場 中央公民館講堂
対象 市内小学3年生～中学3年生
申込方法 市内小中学校・公民館等で配布の申込書に必要事項を記入の上、ファクスまたは生涯学習課に提出※専用フォームからの申し込み可。
申込締切 12月15日(木)
参加費 無料
その他 入賞者には賞状と記念品を授与します。
主催 市青少年相談員連絡協議会
申・閩生涯学習課生涯学習班
 0475(70)0380
 0475(72)9115



▲申込フォーム

カフリングコンテスト (ぬり絵大会)

日時 12月19日(月)～令和5年1月12日(木)
対象 山武郡市に在住または在学の小学1年生～中学3年生
申込方法 実施期間内に、市内小中学校で配布のチラシに必要事項を記入し、裏面のぬり絵を完成させ、各小中学校に設置する回収箱または生涯学習課に提出
 ※市ホームページからもダウンロードできます。
 入賞作品は令和5年2月



▲市ホームページ

気になったらすぐ相談! 「もの忘れ相談会」

認知症の不安を持つ高齢者、認知症(疑い含む)高齢者および介護をしている家族等に対し、相談会を開催します。
 専門職への早期相談により、状態に合わせたアドバイスや認知症に対する支援制度の説明等が受けられますので、お気軽にご相談ください。
日時 12月9日(金)、令和5年2月10日(金)13時30分～14時15分、14時15分～15時、15時～15時45分※予約制。
会場 中央公民館2階談話室
内容 専門職(保健師、社会福祉士、介護支援専門員等)による認知症の個別相談
対象 市内在住で、もの忘れや認知症について不安がある方、家族、事業所
申込方法 電話で申し込み
 随時受け付けています。
参加費 無料
申・閩地域包括支援センター
 0475(70)0439

犬のしつけ方教室

日時 令和5年1月12日(木)13時30分～16時30分(13時受付開始)
会場 さんぶの森交流センターあらぎ館
内容
 ①晴天時(小雨決行)＝実技講習(犬同伴)
 ②雨天時＝講義(犬同伴不可)
 ・講師＝千葉県動物保護管理協会・千葉県動物愛護センターより派遣
 ※内容は当日10時ごろに判断します。
募集人数 10組(飼い主1人と同伴犬1匹)
 ※申込多数の場合抽選。
 ※事前申込制。
参加費 無料
申・閩地域づくり課環境対策班
 0475(70)0386

つきぎき体力測定会

理学療法士による呼吸機能や身体機能の測定を行います。今の身体の状態を知ることは元気に過ごすための第一歩です。体力測定会に参加し、これからの生活に活かしましょう。
日時 12月12日(月)9時～10時、10時～11時、11時～12時
申・閩地域包括支援センター
 0475(70)0439

15日(水)～27日(月)まで、中央公民館に展示されます。
参加費 無料
その他 入賞者には賞状と記念品を授与します。
主催 山武地区青少年相談員連絡協議会
閩生涯学習課生涯学習班
 0475(70)0380

13時～14時、14時～15時、15時～16時
会場 保健文化センター3階ホール
対象 市内に住所を有する65歳以上で自立をしている方
募集人数 各時間20人
申込方法 電話、窓口で申し込み
持ち物 マスク・飲み物・タオル・動きやすい服装でご参加ください。
参加費 無料
その他 感染症予防のため、マスク着用の上ご参加ください。測定会は室内で行います。

おいしいおいもができたよ！
白里保育所の子どもたちがサツマイモを収穫

10月26日に、白里保育所の園児たちが保育所近くの畑で育てたサツマイモを収穫しました。大きなサツマイモを手にした子どもたちからは、嬉しそうな声がたくさん聞かれました。



見て、知って、体験して、災害へ備える機会に！
九都県市合同防災訓練を実施しました

10月23日に、白里海岸や大網白里アリーナ等を会場として、千葉県との共催により九都県市合同防災訓練を行いました。訓練では、防災関係機関との連携や自助・共助・公助の相互のつながりを強化するとともに、減災への備えや発災時の心得などを学ぶことができ、市の防災力向上を図ることができました。



▲津波避難訓練（津波避難施設）
参加者の皆さんで声を掛け合い、避難所へ



▲救出救助実動訓練（白里海岸市営駐車場）
災害現場に出動する車両や各機関が救出シミュレーション

休日当番医

休日当番医テレホンサービス
☎0475(50)2531

▶診療時間＝9時～17時 昼休み時間は各医療機関にお問い合わせください。
※都合により当番医が変更になる場合もあります。また、専門以外のときは診療できない場合があります。

月日	医療機関名	
12/4(日)	ますほ内科クリニック（大網白里市） ☎0475(70)8800	睦岡クリニック（山武市） ☎0475(80)8001
12/11(日)	とうがね中央糖尿病腎臓クリニック（東金市） ☎0475(54)2421	高根病院（芝山町） ☎0479(77)1133
12/18(日)	不動堂クリニック（九十九里町） ☎0475(76)7737	日向台クリニック（山武市） ☎0475(88)1491
12/25(日)	うじはらクリニック（大網白里市） ☎0475(73)3320	宇井医院（山武市） ☎0475(86)2522
12/29(木)	岡崎医院（東金市） ☎0475(52)3313	高橋医院（山武市） ☎0475(82)2450
	きみのもりクリニック（大網白里市） ☎0475(70)2366	
12/30(金)	はっとり内科クリニック（東金市） ☎0475(71)3190	大平医院（山武市） ☎0479(86)6012
	まさきクリニック（九十九里町） ☎0475(78)6868	
12/31(土)	東金たまクリニック（東金市） ☎0475(50)9720	山崎医院（横芝光町） ☎0479(82)0561
	鈴木クリニック（大網白里市） ☎0475(71)2033	
1/1(日)	ふるがき糖尿病内科（東金市） ☎0475(52)7022	花城医院（山武市） ☎0479(86)2233
	はにや内科（大網白里市） ☎0475(70)1500	
1/2(月)	天野内科クリニック（東金市） ☎0475(55)3986	岩崎医院（山武市） ☎0479(86)2217
	古川クリニック（九十九里町） ☎0475(76)1588	
1/3(火)	秋葉医院（東金市） ☎0475(52)2039	京葉内科クリニック（山武市） ☎0475(82)2400
	橋本医院（大網白里市） ☎0475(72)0134	

- 山武郡市急病診療所（東金市） ☎0475(50)2511（20時～22時）
- 時間外の受診（消防本部指令課） ☎0475(55)0119

年末年始在宅当番医（歯科）

月日	医療機関名	
12/30(金)	片貝デンタルクリニック（九十九里町） ☎0475(70)7171	
12/31(土)	村井歯科医院（東金市） ☎0475(50)2008	山口歯科医院（東金市） ☎0475(55)2781
	山崎歯科医院（横芝光町） ☎0479(82)5212	山田歯科クリニック（東金市） ☎0475(55)5522
1/1(日)	みどりが丘歯科医院（大網白里市） ☎0475(86)7701	
1/2(月)	米山歯科（山武市） ☎0475(82)6199	

The number of cases
市内の事件・事故・災害

※基準日＝令和4年10月31日
※窃盗犯罪の件数は、基準日時点での暫定値です

◆交通事故

人身事故	10月	1月からの累計
事故発生数	9件	64件
負傷者数	16人	83人
死者数	0人	0人

◆窃盗犯罪

犯罪の種類	10月	1月からの累計
車上ねらい	1件	6件
部品ねらい	0件	3件
乗り物盗	2件	14件
空き巣	0件	12件

◆火災

火災の種類	10月	1月からの累計
建物火災	0件	5件
その他火災	0件	12件
死者数	0人	0人



▲防災フェスタ（大網白里アリーナ）
災害時に役立つ設備や非常グッズの展示、起震車やVRによる津波体験も



▲孤立避難者救助訓練（築山～増穂北小）
ヘリコプターが施設に取り残された方を搬送

まちを花で明るく
花の植栽ボランティア

県道30号線（産業道路）

ルート99白里と市社会福祉協議会白里支部、白里中学校の3年生が、黄色や青など色とりどりのパンジー約700株を花壇に植えました。

一つひとつ丁寧に花を植えていく子どもたち▶



JR大網駅

大網駅を安全で美しくする会と県立大網高校の草花専攻の生徒の皆さんが、JR大網駅ロータリーの花壇にパンジーを植えました。駅を利用する方を、カラフルなパンジーがお出迎えます。

◀約400株のパンジーを協力して植えました



●カルシウムたっぷりご飯●

小松菜ごはん

1人分312kcal、食塩相当量1.1g



緑黄色野菜とカルシウムの多い食材を炒め、温かいご飯に混ぜるだけの簡単ご飯です。

材料2人分

小松菜	100g	しょうゆ	小さじ2
油揚げ	1/2枚	温かいご飯	茶碗2杯(300g)
ちりめんじゃこ	大さじ1(5g)	削りがつお	5g
ごま油	小さじ1	いり白ごま	小さじ1

●作り方

- ①小松菜は塩（分量外）ゆでて水に取り、水気をしっかり絞って1cm幅に切る。油揚げは1cm角に切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、小松菜、油揚げ、ちりめんじゃこを入れて炒め合わせる。さらにごまを加えて、しょうゆをふって炒め合わせ、火を消す。
- ③温かいご飯に②と削りがつおを加え、さっくりと混ぜたら、器に盛る。

食生活改善協議会 白里支部推進員（ヘルスマイト）

